

# Örebro



MITT I LIVET  
NR 3 2018

**Tema:**  
*Att bära  
varandra*

*Tävla och  
vinn bio-  
biljetter!*

**Kursstart**  
*Kolla in våra  
hösttips!*

Lär dig  
**Första hjälpen**  
vid sorg

**Dennis Junge gav allt i *Mot alla odds*  
150 mil i södra Afrika  
*utan rullstol***

Svenska kyrkan   
ÖREBRO PASTORAT

## Att bära varandra

DET VAR mycket för oss ...

Så sa en granne när jag för många år sedan hade hjälpt till med att ta in deras tidning några veckor under sommaren. Några meter skiljde våra brevlådor åt så jag tyckte att min insats inte alls var något att nämna. ”Det var mycket för oss ...” blev svaret.

Under sommarens skogsbränder har det i princip varje dag stått i tidningarna om hur människor hjälpts åt. Vi har kunnat läsa både om att man bitt om hjälp och om de som har erbjudit sin tid och sitt engagemang för att på något sätt bistå i arbetet att släcka bränderna.

En del arbete har varit i direkt anslutning till bränderna och en del har servat vid de mötesplatser som blivit.

KANSKE HAR du hjälpt någon i sommar, med stort eller smått? Eller kanske har du själv behövt hjälp för att sommaren skulle gå ihop. Tänk vad mycket lättare och roligare livet blir när vi ger och tar emot av varandra. När vi finns för varandra, erbjuder hjälp och också vågar be om hjälp. När vi bär varandra.

IDET här numret möter du människor som på olika sätt fått uppleva glädjen och styrkan i att hjälpas åt. Välkommen att vara med du också.



*Ewa Selin*

EWA SELIN

**”Tänk vad mycket lättare och roligare livet blir när vi ger och tar emot av varandra.”**

## Att bära varandra i sociala kanaler

FÖRRA ÅRET blev Örebro Sveriges näst mest generösa storstad i riksinsamlingskampanjen för Världens Barn. Hur går det i år? Svenska kyrkan Örebro pastorat engagerar sig i insamlingen på flera olika sätt – till exempel med konserter, loppis och en massa annat.

Håll koll på allt vi har på gång i höst genom att följa Svenska kyrkan i Örebro på facebook.com/svkorebro, instagram @svenskakyrkan-orebro eller youtube.com/svkorebro.



### I detta nummer:

- Dennis Junges nya utmaningar s 4–7
- Systerskap och kvinnokraft på Träffpunkt Oxhagen s 8–11
- Tävla och vinn biobiljetter s 14
- Kalendern s 15
- Att finnas för den som sörjer s 16

*”En kvinna kommer hit med nersänkt huvud och dåligt självförtroende. Efter ett tag liksom rätar hon på sig, självförtroendet växer och hon blir kapabel att uträtta helt nya saker.”*



Diakon Jeanette Dolk Öhman

**sid 8**

## Örebro

Örebro – Mitt i livet ges ut av Svenska kyrkan Örebro pastorat och delas ut fyra gånger per år till alla hushåll i de åtta församlingar som ingår i pastoratet: Adolfsberg, Almby, Edsberg, Långbro, Mikael, Mosjö-Täby, Nikolai och Olaus Petri. Nästa nummer utkommer 7 december 2018.

### Redaktion för detta nummer:

Cecilia Andersson, Andreas Axinge, Therese Blixt, Jenny Holmberg, Lisbet Kjellin, Eva von Walter, Pär Westling. Adress: Svenska kyrkan, Storgatan 27, 703 63 Örebro.

E-post: orebro.mittilivet@svenskakyrkan.se

Ansvarig utgivare: Ewa Selin, kyrkoherde för Örebro pastorat, tfn 019-15 46 00,

e-post ewa.selin@svenskakyrkan.se

Kontaktuppgifter till Svenska kyrkans församlingar och verksamheter i Örebro hittar du på [www.svenskakyrkan.se/orebro](http://www.svenskakyrkan.se/orebro) eller genom att ringa informationsservice på 019-15 45 00.

Omslagsfoto: Jonas Classon. Produktion: Verbum. Grafisk formgivning: Charlotte Steneram.

Tryck: Hylte Tryck, Hyltebruk 2018.



Svenska kyrkan  
ÖREBRO PASTORAT



Dans och samtal  
– ny kurs i Nikolai  
församling.

FOTO: LOUISE HEDSTRÖM/IKON

## Kurser, föreläsningar och körer – nu drar vi igång!

Kanske är det den här hösten som du tar tag i ditt musikintresse? Eller går en kurs och lär dig mer om livet? Tre av höstens spännande nyheter är grubbelkursen *Liv, död och allt däremellan* som startar 13 september, samtalsgruppen *Factfulness* och kursen *Dans och samtal*.

*LIV, DÖD* och *allt däremellan* vänder sig till dig som är ny i eller nyfiken på kyrkan och vill grubbla om livets stora frågor tillsammans med andra. På svenskakyrkan.se/orebro/introkristen tro går det att läsa mer om kursstart och upplägg. Intresset har varit stort, poängterar Björn Helgesson, präst i Olaus Petri församling på norr i Örebro:

– Den här kursen skulle kunna bli fullbokad, men den som är nyfiken får gärna höra av sig ändå och anmäla intresse. Det finns vissa planer på att köra *Liv, död och allt däremellan* även under 2019, jag hoppas det blir så.

I S:t Mikael's kyrka på väster startade

en annan nyhet den 6 september: *Factfulness* – ett samtal om vår värld.

– Samtalsgruppen läser Hans Roslings bok *Factfulness* och funderar kring varför vi ständigt missförstår världens utveckling och vad vi kan göra för att rätta till våra missuppfattningar, säger Åsa Nausner, som är en av ledarna.

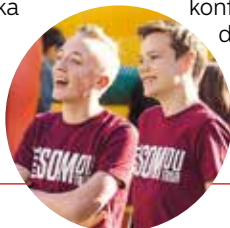
I höst startar även kursen *Dans och samtal* i Nikolai församling i city. Vid sidan av alla kurser och grupper, arrangerar flera församlingar också olika typer av föreläsningar – och i månadsskiftet augusti/september drar alla körer i Örebro pastorats igång efter sommarupphållet. Svenska kyrkan Örebro pastorat har över 30 körer, en del för barn, en del för ungdomar och en del för vuxna sångare. För vissa körer krävs att sångarna är säkra notläsare medan andra framför allt lyfter fram sångglädjen och möjligheten att prova på.

Nyfiken på vad som finns att välja mellan i höst vad gäller kurser, körer, föreläsningar och en massa annat? Kolla in svenskakyrkan.se/orebro/kursstart.

JENNY HOLMBERG

## Född 2004? Nu startar höstens konfagrupper!

**I HÖST STARTAR** Svenska kyrkan 12 nya konfirmandgrupper, med olika teman och inriktningar. Alla grupper är kostnadsfria, alla åker på läger och några far dessutom i väg på längre resor. Årets tre nyheter är



Safarikonfa, Ridlägerkonfa och Almbykonfa i Franciskus fotstår. Upptäck de olika grupperna på svenskakyrkan.se/orebro/konfirmand där du också kan anmäla dig direkt. De flesta grupperna startar i september.

# vi4

## När blev du senast glad av någon annans omsorg?



**Reino Persson:**

– När mitt barnbarn Elvin ringde och sa att han ville komma till oss i helgen!



**Lisa Brynte:**

– När jag fick glass från min kollega Marie!



**Irène Eriksson:**

– När jag får en bukett blommor av goda vänner.



**Lennart Lövenhamn:**

– När telefonen ringde och jag fick meddelande om att jag fått lägenheten jag hade sökt.

ENKÄT: EVA VON WALTER OCH PÅR WESTLING



*Mot alla odds*  
*Dennis:*  
**Nu tar han sig an  
nya utmaningar**

Att bära varandra – att finnas till för andra som behöver hjälp, men även acceptera hjälp för egen del – är en stor del av livet.

Dennis Junge vet allt om det, men hans "claim of fame" hittills är deltagandet i SVT:s *Mot alla odds*, med utmaningen att på 24 dagar ta sig mellan Victoriafallen i Zambia till Skelettkusten i Namibia.

– Det var utmaningen som lockade, men också chansen att visa upp och förklara mitt dolda handikapp för många. Därför åkte jag till Afrika utan rullstol.

TEXT: GUNNAR SUNDELL FOTO: JONAS CLASSON



## Dennis Junge

**Ålder:** 30 år.

**Familj:** Sambo med Jennifer och dottern Nicolina, två år.

**Bor:** Hos svärmor i Björkhaga för tillfället, men söker egen lägenhet.

**Arbete:** Sedan 1 augusti församlingsassistent i Adolfsberg, med inriktning mot barn och unga med funktionsnedsättning, samt föreläser. Tidigare jobbade han som idrottsledare på Furuboda folkhögskola.

**Funktionsnedsättning:** En medfödd cp-skada samt en perceptionsstörning som medför att Dennis har svårt att sortera intryck.

**Extra bra på:** "Att komma ihåg datum, tider och statistik. Jag kan exempelvis alla SM-vinnare i ishockey sedan elitserien startade."

**Reds anmärkning:** Som inbiten Modo:it frågade reportern Gunnar när Modo tog sina två SM-guld. Att det var 1979 och 2007, och omständigheterna runt det, kunde förstås Dennis.

## Tema: Att bära varandra

**R**ULLSTOLEN ÄR det mycket synbara tecknet på Dennis funktionsnedsättning. Den skulle ta för mycket uppmärksamhet i tv-programmet, tänkte han. Det kognitiva handikappet – svårigheterna att sortera intryck, att det ibland, som Dennis uttrycker det, pågår ett krig i huvudet – är svårare att upptäcka och förstå.

– Och jag gör det ännu svårare genom att jag är så social och gillar att prata, skrattar han.

Mycket riktigt skapade det lite problem i den tv-sända utmaningen 2012, där några deltagare tyckte att Dennis var lite gnällig, självpuptagen och inte hjälpte till.

– Jag var inte gnällig, jag orkade bara inte mer. Det är en missuppfattning att personer med funktionsnedsättning är mer toleranta och förstående än andra, skrattar Dennis och fortsätter.

– De andra hade, liksom jag, fullt fokus på att klara sin utmaning. Det var inte så konstigt egentligen.

Han är glad, chosofri och frispråkig, precis det som gjorde Dennis till den tävlingsdeltagare som fick störst genomslag i programmet. Trots att han tvingades bryta med bara en handfull dagsetapper kvar.

– Men jag gav allt, precis allt, och det var nog det som många fastnade för.

Apropå att vara rak och frispråkig, det nya ordet ”funktionsvariation” ger Dennis inte mycket för.

– Nej, det är för PK och ängsligt. Jag och mina vänner säger funktionsnedsättning, det är ju vad det handlar om.

**MEN, OCH** det är viktigt, det är en nedsättning som kan hantteras och överbryggas.

– Ge mig bara rätt verktyg, så klarar jag av det mesta. Rullstolen behöver jag och dessutom behöver jag lite extra tid ibland och någon att bolla mina tankar med.

Precis det får han i det nya jobbet i Adolfsbergs församling, där han dessutom ska få tid och möjlighet att åka runt och föreläsa om sitt liv och sina erfarenheter.

– Det är lätt att glömma att vi med funktionsnedsättning faktiskt har mycket att ge också. Ja, vi behöver lite hjälp med olika saker, men vi kan också dela med oss av det vi har.

Och så skrattar Dennis till igen och berättar om när han och hans nya chef i församlingen tillsammans skulle fylla i blanketten för lönebidrag.


– Där skulle vi lista allt jag inte kan och inte klarar av. Så tänker vare sig hon eller jag, vi har fokus på vad alla kan göra



och alla möjligheter som finns. Ja, så det var svårt att fylla i den där blanketten.

**JUST DEN** där partiella blindheten – att bara se begränsningarna, inte möjligheterna – är visserligen Dennis van vid. Som när han lämnade grundskolan i Värnamo med ofullständiga betyg.

– Sedan kom jag till Söderportsgymnasiet i Kristianstad, en skola för funktionsnedsatta, och där läste jag in engelska för både grundskola och gymnasium på ett enda år. Så det var inte mig det var fel på, som jag hade trott, utan det var förutsättningarna som var fel.

A young man with short brown hair, wearing a black t-shirt and grey jeans, is sitting in a wheelchair. He is smiling and looking down. The room is a playroom with a blue carpet, a colorful rug, and various toys including a red and yellow tent, a blue rocking horse, and a white cabinet with toys on top. A red and white striped object is draped over a chair in the foreground.

Dennis jobbar som församlings-  
assistent i Adolfsbergs kyrka. På  
fritiden spelar han rullstolshand-  
boll och drömmen är att starta ett  
helt nytt lag i Örebro.

***”Framför allt fick jag lära känna mig själv, vad jag kan klara av både fysiskt och psykiskt. Jag är starkare i dag, på alla sätt och vis.”***

**JUST NU** är Dennis full av tillförsikt. Nytt jobb, ny bostadsort och en relativt nybildad familj. De tuffa utmaningarna, där inte minst tv-serien *Mot alla odds* sticker ut, har härdat och stärkt honom.

– Framför allt fick jag lära känna mig själv, vad jag kan klara av både fysiskt och psykiskt. Jag är starkare i dag, på alla sätt och vis.

Det är en styrka och kunskap som han drömmer om att få dela med sig av i framtiden.

– Jag är uppvuxen i en troende familj och ville i de tidiga tonåren bli präst. Nu tror jag att jag är mogen för att ta steget. Missionsskolans pastorsutbildning i Örebro lockar mig, vi får se om det blir nästa utmaning. ●

## Tema: Att bära varandra

Hasiba Ali Kader är mycket glad över att ha hittat till Träffpunkt Oxhagen och fått lära känna bland annat Jeanette Dolk Öhman. Tidigare satt hon mest hemma och grät i sin ensamhet. Även nu kan sorgen komma över henne, men då finns människor runt omkring som tröstar henne.

### Jeanette Dolk Öhman

Ålder: 49 år

Gör: Diakon i Svenska kyrkan,

Långbro församling  
på väster i Örebro

Familj: Man och två  
döttrar, 19 och 22 år

Bor: I centrala Örebro





# Här växer Oxhagens kvinnokraft

– Vi skrattar ofta. Ibland gråter vi. Och då tröstar vi varandra.

Det berättar Hasiba Ali Kader, en av kvinnorna som diakonen Jeanette Dolk Öhman träffar på Träffpunkt Oxhagen, kooperativet som bildades för tolv år sedan och där Svenska kyrkan är en av parterna.

TEXT: INGALILL BERGENSTEN FOTO: SOFIE ISAKSSON



## Tema: Att bära varandra



Zumba med ledaren Juana Chacin (i vinrött). Payam Omar (i prickigt) skakar loss medan dottern Ella tittar på. Duha Al-ujjar (i helsvart) är med för första gången.



Hasiba Ali Kader har ingen släkt alls i Örebro. Här får hon gemenskap och ny kraft, inte minst genom dansen.

**STORT** sett alla kvinnor återkommer till den tröst och styrka som kvinnorna ger varandra. Och det viktiga i att komma ut och inte bli sittande inom fyra väggar.

– Det handlar om upprättelse. Vi ser det gång på gång. En kvinna kommer hit med nersänkt huvud och dåligt självförtroende. Efter ett tag liksom rätar hon på sig, självförtroendet växer och hon blir kapabel att utträta helt nya saker, säger Jeanette och pekar på Georgette som själv tagit initiativ till svenskundervisning för nyanlända flyktingar i Varberga.

Georgette Hardo har gått regelbundet i tio år på Träffpunkt Oxhagen.

– Jag blir glad av att komma hit och träffa de andra kvinnorna. Och så har Träffpunkt så bra undervisning om exempelvis nya lagar och regler som jag berättar vidare i min tur, säger Georgette.

**UNDER VÅREN** pågick en data- och mobiltelefonkurs en dag i veckan som Georgette menar att hon hade stor nytta av.

– Vi fick lära oss saker som hur

**”Vårt uppdrag som församling är att stå på de förtrycktas sida och vara en röst för dem som inte har en röst.”**

bank-id fungerar. Information som är mycket bra att ha. Och när det är helger som exempelvis påsk och jul berättar vi om våra kristna traditioner och när det är en muslimsk högtid berättar andra om sina traditioner.

**I TRÄFFPUNKT** Oxhagen möts nämligen kvinnor från olika religioner och kulturer och studerar, dansar och lagar mat tillsammans. Och visar respekt för varandras tro.

– Det fungerar fint för vi pratar inte politik, förklarar Cemile Yevno som går på Träffpunkt för att träna sin svenska.

– Jag blir friskare och gladare av att komma hit och prata med andra. Annars sitter jag bara hemma och glor och äter för mycket, säger Cemile som gillar att hjälpa till i köket på Träffpunkt.

Just maten och matlagningen är en sak som är central på Träffpunkt. På väggarna sitter tidningsurklipp som berättar om de fantastiska kulturfester och julbufféer som skapats här.

**JEANETTE DOLK** Öhman håller i svenskundervisningen på tisdagsförmiddagarna. Den här gången delar hon ut texter om hur engelsmännen arbetat för att få ner användningen av plast.

– Vårterminen har ett hållbart samhälle som tema. Tidigare teman har varit mänskliga rättigheter och svenska lagar och regler – samhällskunskap helt enkelt. Vi har även pratat om Sveriges historia.

– Jag känner att det är viktigt att kvinnorna får förståelse för vad det är för land de kommit till, säger Jeanette.



Cemile Yevno, Fehime Seveh och Georgette Hardo tillhör de kvinnor som sällan missar en tisdag med Jeanette. De tycker att de blir friskare och gladare av att träffas och prata i denna fristad för kvinnor.



Att få göra det man är bra på ger råg i ryggen. Adiba Cirays vaniljbullar är mycket uppskattade. Just de här är beställda och ska säljas till förmån för kvinnoarbetet i Oxhagen.

Kvinnorna läser de utdelade texterna en efter en och hjälper varandra att tyda de ibland svåra orden. Jeanette frågar om alla förstått vad exempelvis "fackförbund" betyder. Eller ordet "vanligtvis".

– Anledningen till att vi började med svenskundervisning var att vi märkte att många av kvinnorna som kom hade svårt med språket eftersom de suttit för mycket ensamma hemma, förklarar Jeanette.

**TILLSAMMANS MED** verksamhetsansvariga Camila Hosó är hon spindeln i nätet för det som sker på Träffpunkt Oxhagen. Och inte bara där. Jeanette har sett till att kvinnorna fått besöka såväl Stadsparken i Örebro som Stockholms skärgård. Och i våras besökte man Julita gård och tittade på genbanken för äpplen och rabarber samt hur rapsolja görs.

– För att vi ska kunna göra dessa utflykter söker jag pengar från olika håll, exempelvis från Svenska kyrkan Strängnäs stift, dit vi i Örebro hör. Det ingår också i mina uppgifter, säger Jeanette som i dagsläget har ungefär 25 procent av sin tjänst på Träffpunkt Oxhagen.

Hennes relation till Oxhagen sträcker sig långt tillbaka och började med dagkolloversksamhet för barn. Hon har även varit verksam på fritidsgården.

– Jag var ung, tjej och kristen och blev rejält testad av ungdomarna. Det tog nog tre år innan jag blev "godkänd".

Att Jeanette är "godkänd" av kvinnorna på Träffpunkt är inte att ta miste på.

– Jeanette är så snäll. Jag är så tacksam för allt kyrkan gör här, säger Awasa Mustafa som kom till Träffpunkt på praktik och blev kvar.

– Min plats är i köket. Jag älskar att baka kakor och laga mat, förklarar hon glatt.

**HASIBA ALI** Kader vill också gärna berätta vad Träffpunkt betytt för henne.

– Jag kommer hit varje dag. Här får jag hjälp med många olika saker, inte minst att bli bättre på att läsa. Det är mycket bättre än att bara sitta hemma och gråta och älta sorger. Här tröstar man mig då jag gråter. Sedan pratar vi och skrattar lite, och då känns allt lättare, förklarar Hasiba.

Några andakter hålls inte längre på

Träffpunkt Oxhagen men Jeanette har tagit med sig "sina" kvinnor på besök till Långbro kyrka dit några av dem har fortsatt att gå då och då.

– Vårt uppdrag som församling är att stå på de förtrycktas sida och vara en röst för dem som inte har en röst. Jag blir glad när jag ser hur kvinnor som kommit hit nedtryckta blivit upprättade. Under årens lopp har jag fått ta del av många fantastiska historier och berättelser. Här finns stora bekymmer men också mycket kraft. Och så mycket glädje.

**ENLIGT CAMILA** Hosó har Långbro församling stor betydelse för arbetet på Träffpunkt och indirekt Oxhagen.

– Men jag tänker aldrig på Jeanette och församlingen som "dom" utan tänker alltid "vi". Jag önskar att alla som arbetar i ett ytterområde skulle ha uppbackning i form av en kyrka som vi haft på Träffpunkt. Jeanette och jag löser problemen tillsammans. Vi stöttar varandra och har aldrig varit osams en enda timme fastän vi haft olika åsikter ibland. ●



## Numrets pryl: Ryggsäck

**EN AV DE ÄLDSTA** ryggsäckarna hittades faktiskt på mumien Ötzi som levde omkring år 3300 före Kristus. Företagen Haglöfs och Fjällräven var de första som började serietillverka ryggsäckar i Sverige, i början av 1900-talet – främst till fjällvandrare, senare till militären och

vidare till dagens datorryggsäckar. Ryggsäckar finns med eller utan ram, med ram på utsidan eller insidan. Det praktiska har alltid styrts hur den ser ut och hur den har utvecklats. Med begreppet ryggsäck kan också menas: Vad du har i livets ryggsäck? Det du bär

med dig – både lätta och tunga saker. Din livshistoria. Ryggsäcken är också ett av pilgrimens fem attribut, vad vi bär med oss och som vi kan dela med oss av. Det kan vara både matsäck och livsberättelser.

ANDREAS AXINGE

## Fråga fritt!

Jag har hört att biskop Johan Dalman kommer på visitation i Örebro pastorat i höst. Vad innebär det?

Lennart

### Hej Lennart!

En biskopsvisitation är ett möte mellan biskopen och församlingen, ett sätt för biskop och församling att lära känna varandra. I kyrkoordningen som är Svenska kyrkan regelverk står det

att en biskop ska visitera stiftets församlingar. Biskop och stift har bland annat som uppdrag att utöva tillsyn över församlingarna och det är detta som ligger till grund för visitationerna. I september kommer vår biskop Johan Dalman besöka de åtta församlingarna i Örebro pastorat. Visitationen avslutas med en visitationshögmässa där biskopen berättar en del av vad han sett och hört och skickar med några saker som kan



vara bra för församlingarna att tänka på i det fortsatta arbetet. När biskopen sedan kommer tillbaka till församling och pastorat efter några år kan han följa upp hur det har gått. Visitationshögmissan med biskop Johan är i Långbro kyrka den 21 oktober. Välkommen att vara med!

EWA SELIN,  
KYRKOHERDE

**HAR DU OCKSÅ EN FRÅGA?** Om vad som helst? Mejla oss på e-postadress [orebro.mitttilivet@svenskakyrkan.se](mailto:orebro.mitttilivet@svenskakyrkan.se)



## När du flyttpackat leklådan på ett smart ställe

En flytt innebär en massa saker. Förändring, blandade känslor och många gånger ett helt nytt läge. När livet mest består av flyttkartonger, eftersänd post och nya grannar kan det vara ganska skönt att få lite hjälp på traven. Eller en stund för sig själv. Hos oss hittar du både babymassage, barnkör och spa för själen.

Dessutom har våra öppna förskolor massor av saker att leka med.

**Välkommen hem**

## Föreläsning med Christopher O'Regan

Christopher O'Regan är populärhistoriker, författare och guide. Han är kännare av 1700-talets Stockholm, har skrivit flera böcker, lett stadsvandringar i Gamla stan i många år och medverkar även i SVT:s populära program *Det sitter i väggarna*. Söndagen den 30 september klockan 13 har



du chans att höra Christopher O'Regan i Kräcklinge kyrka, där han kunnigt och värtaligt levandegör det svenska 1700-talet. Efter föreläsningen är det kaffeservering i kyrkan och klockan 14.30 firas 1700-talsgudstjänst med nattvard, helt enligt 1693 års kyrkohandbok. Fri entré.

## Drop in-dop – två tillfällen i höst!

**HAR DU FUNDERAT** på dop, för dig själv eller för ditt barn? Kanske är det dags att slå till i höst – då har vi nämligen drop in-dop i Örebro, vid två olika tillfällen: Lördagen den 13 oktober klockan 10–14 i Adolfsbergs kyrka samt lördagen den 10 november klockan 10–14 i S:t Mikael's kyrka vid Hjärsta på väster. Ett drop in-dop



är enkelt och nära och du kan komma precis som du är. Ingen bokning krävs. Vi ordnar med präst, musiker och lokal – och för mindre barn finns dopklänning att låna.

Efter dopet bjuder vi på saft, kaffe och doptårta. Nyfiken? Läs mer på svenskakyrkan.se/orebro/dop eller ring oss på telefon 019-15 45 00.



## Bachsatsningarna fortsätter i höst!

**JUST NU SATSAR** Svenska kyrkan i Örebro extra på Bach, med konsertserier i både S:t Mikael's och S:t Nicolai kyrkor.

### J.S. BACHS SAMTLIGA VERK FÖR CEMBALO OCH ORGEL I S:T MIKAEL.

I S:t Mikael's kyrka på väster pågår en konsertserie 2018–2020 där organisten Lars-Ove Eriksson framför samtliga verk av J.S. Bach för cembalo och orgel. Även Bachs kammarmusik och sånger kommer framföras av olika gästande musiker. Följande söndagar är det Bach i S:t Mikael's kyrka klockan 18: 2, 16 och 30 september, 14 och 28 oktober samt 18 november. Fri entré till samtliga konserter.

### BACH TO ÖREBRO – DE STORA SAKRALA VERKEN FÖR KÖR OCH ORKESTER.

I S:t Nicolai kyrka pågår konsertserien *Bach to Örebro 2018–2020*, där Örebro kammarkör och Örebro barock framför samtliga av J.S. Bachs stora sakrala verk för kör och orkester. Den 3 november kl 16 ges Tre motetter och den 1 samt 2 december kl 18 är det dags för Juloratoriet del 1–3. Entré (biljetter hos Ticketmaster och hos Örebro Visitor Centre på Örebro slott).

**VILL DU VETA MER** om de två serierna? Kolla in svenskakyrkan.se/orebro/bach

## Tävla och vinn två biobiljetter!

Ordet biskop kommer från grekiskan och betyder tillsynsman. I Svenska kyrkan finns 13 stift och varje stift leds av en biskop. Vem är biskop i Strängnäs stift, dit Svenska kyrkan Örebro pastorat tillhör? Om du vet svaret har du chans att vinna två biobiljetter. Ett av alternativen är rätt.

1. Antje Jackelén
- X. Susanne Rappmann
2. Johan Dalman

Skicka in ditt svar senast 26 oktober märkt "Tävling nr 3" samt namn och adress till orebro.mittilivet@svenskakyrkan.se eller till Örebro – Mitt i livet, Svenska kyrkan, Storgatan 27, 703 63 Örebro. Tre vinnare får två biobiljetter var. Lycka till!

### Grattis!

Fanny Milstam, David Ornstein och Runa Edberg som svarade rätt i förra numrets tävling och vunnit två biobiljetter var.



# Ljus och musik i allhelgona

**ALLHELGONAHELGEN** har blivit en av de största helgerna, då människor i alla åldrar besöker kyrkor och kyrkogårdar för att tända ljus och minnas sina älskade och saknade. Välkommen – vi finns för dig. Du träffar oss på kyrkogårdarna och i kyrkorna

där vi har minnesgudstjänster, ljusständning och musik. Den 3 november kan du lyssna på Örebro kammarkör och Örebro barock, som framför del två i satsningen Bach to Örebro i S:t Nicolai kyrka – Tre motetter. På [svenskakyrkan.se/orebro](http://svenskakyrkan.se/orebro) kan du läsa mer om allt som händer den här helgen, t.ex. det berömda fackeltåget på Långbro kyrkogård.

## Aktuellt

Detta är bara en liten del av allt som händer hos oss.

Du hittar ännu mer på [svenskakyrkan.se/orebro](http://svenskakyrkan.se/orebro). Ses!

### Gudstjänster

**Andrum** – enkel andakt och körmusik. Varje tisdag kl 17 i Almy kyrka. Almy ungdoms vokalensemble.

**Familjegudstjänst.** 8/9 kl 10 i Mosjö kyrka och 16/9 kl 10 i Edsbergs kyrka.

**Sinnesrogudstjänst.** 21/9 kl 19 i S:t Mikael's kyrka.

**Gudstjänst med inspiration** kring FN-dagen. 21/10 kl 10 i Sörbykyrkan. Barnkören HAPPY och Lifted Hands Gospel Choir medverkar.

### Musik & konserter

**Live at Heart.** 6–8/9 är S:t Nicolai kyrka en av musikscenerna under festivalen Live at Heart. Fri entré i kyrkan. Läs mer på [svenskakyrkan.se/orebronikolai](http://svenskakyrkan.se/orebronikolai)

**Bachkonserter.** Två konsertserier pågår, i S:t Mikael's resp. S:t Nicolai kyrka. Läs mer på sid 14 tidningen.

**Konsert till förmån för Världens Barn.** 6/10 kl 18 i Adolfsbergs kyrka. KFUM-kören under ledning av Glory Lundgren. Örebropolisens musikkår.

**Mozarts c-mollmässa.** 13/10 och 14/10 kl 16 i Olaus Petri kyrka. Drottningholms Barockensemble med konsertmästare Nils-Erik Sparf. Körerna Olaus Petri Cantores, OPQ, Olaus Petri Vocalis + solister. Dirigent: Mats Bertilsson. Entré: 220:-/170:-/120:-/80:-, förköp Ticketmaster.

**Kristinas tro genom livet – sånger från Duvemåla.** 21/10 kl 18 i Mosjö kyrka.

Solister: Jenny Norén och Tobias Kandenäs. Fri entré.

**Körkonsert.** 27/10 kl 18 i Långbro kyrka. Kören Vox Ambalis under ledning av Solveig Ågren. Kören Elixir under ledning av Ellinor Carlson. Entré.

### Barn & familj

**Församlingens dag.** 9/9 från kl 12.30 i S:t Nicolai kyrka och Nikolai prästgård. Terminsupptakt, prova-på-aktiviteter, hoppborg, fika m.m.

**Sångstund med spagettilunch.** 7/9, 5/10 och 9/11 kl 10–12 i Olaus Petri kyrka. Lunch 30 kr för vuxna, gratis för barn.

**Barnloppis med väffelcafé** för Världens Barn. 22/9 i Adolfsbergs kyrka. För att hyra bord, kontakta [monica.skarin-berglund@svenskakyrkan.se](mailto:monica.skarin-berglund@svenskakyrkan.se), tfn 019–15 47 73. Bords-hyra och intäkterna från väffelcaféet går till Världens Barn.

**Fredagsmys.** 5/10 kl 17–20 i Adolfsbergs kyrka. Alla åldrar är välkomna. Anmälan senast 3/10 till [maria.aw.andersson@svenskakyrkan.se](mailto:maria.aw.andersson@svenskakyrkan.se), tfn 019–15 47 85.

**Babykonsert.** 18/10 kl 11.30 i S:t Mikael's kyrka. Upplevelsekonsert för alla sinnen! Passar barn upp till ett år.

### Sverigefinsk verksamhet

**Mässa.** 9/9 kl 14 i S:t Mikael's kyrka.

**Vardagsretreat.** 16–17/10 på Svenska kyrkans kursgård Solliden. Anmäl dig senast 4/10 genom att kontakta Johanna Suban, 019-15 47 62.

### Teckenspråkigt arbete

**Teckenspråkig gudstjänst** med nattvard. 23/9 och 4/11 kl 14 i S:t Nicolai kyrka.

**Teckenspråkskör.** Vill du vara med och teckna sånger och psalmer i våra teckenspråkiga gudstjänster? Kontakta [pernilla.folebo@svenskakyrkan.se](mailto:pernilla.folebo@svenskakyrkan.se).

### Annat på gång

**Språkcafé.** Måndagar, onsdagar och fredagar kl 10–12 i Vivalla kyrkcentrum. För dig som vill öva på att tala svenska. Inget språkcafé röda dagar och klämdagar.

**Spa för själen.** 8/9 och 24/11 kl 9–15.30 i Adolfsbergs kyrka. Frågor och anmälan: [marie.b.carlsson@svenskakyrkan.se](mailto:marie.b.carlsson@svenskakyrkan.se), tfn 019–15 47 82.

**Föreläsning:** Att leva med dövblindhet. 11/9 kl 18.30 i S:t Nicolai kyrka. När synen och hörseln försvinner – vem är jag då? Torbjörn Svensson föreläser.

**Norrdagen.** 22/9 kl. 11–14 vid Norrbyskolan. Olaus Petri församling finns på plats med soppa och fairtradeprodukter.

**Bytardag.** 22/9 kl. 10–13 i Sörbykyrkan.

Fynda barnkläder, skor och leksaker! **Go'fika.** 22/9, 27/10 och 24/11 i Nikolai prästgård. Fika som gör gott två gånger.

**HBTQ-café.** 26/9, 24/10 och 21/11 kl 18–20 i Nikolai prästgård. Fika, snacka och häng!

**Brickebackens dag.** 29/9 kl 12–15.30 i Den gode herdens kapell. Kapellet är öppet för en fika- eller pratstund.

# Vadå Första hjälpen vid sorg?

Lisbet Kjellin är diakon med lång erfarenhet av att möta och stötta människor i sorg.

*”Med de här tipsen hoppas vi kunna bidra till att fler ska känna sig lite tryggare och bättre förberedda så att ingen lämnas ensam i sin sorg.”*

FOTO: ULLA-CARIN EKELÖM

## Medlem i Svenska kyrkan?

Du är med och bidrar till att människor får hjälp att bearbeta sin sorg. Tack! Varje år arrangerar Svenska kyrkan flera samtalsgrupper för olika åldrar där den som sörjer får chans att träffa andra i samma situation.

## FYRA FRÅGOR TILL LISBET KJELLIN, diakon i Svenska kyrkan Olaus Petri församling. Vad är Första hjälpen vid sorg?

– Det är ett material från Svenska kyrkan med konkreta tips på hur man kan finnas där för en person som sörjer. Kitet som finns att ladda ner på webben är jättebra att sätta upp vid förbandslådan hemma eller på arbetsplatsen.

### Varför behövs det?

– Många vet vad man ska göra om någon ramlar och bryter benet. Men vad händer den som förlorat någon nära? Hur bemöter man den personen? Jag

tror många är rädda för att säga fel saker och då är det enklare att inte säga något alls. Första hjälpen vid sorg ger handfasta tips i ett läge där många känner sig osäkra.

### Vad kan man göra för en person i sorg?

– Hör av dig och ta ansvar för kontakten. Undvik att säga ”Ring om det är något” eftersom risken är stor att den som sörjer inte orkar vara den som hör av sig. Då är det bättre att du hör av dig och tar initiativ, gärna till en helt vardaglig aktivitet som promenad, fika eller bio. Många som sörjer längtar efter en paus i sorgen. Du kan också

hjälpa till med praktiska saker som att klippa gräsmattan, laga mat och vattna blommorna. Även små saker kan göra skillnad.

### Varför gör kyrkan det här?

– Vi har lång erfarenhet av att möta och stötta sörjande. Vi arrangerar bland annat flera ”Leva vidare”-grupper varje år, där personer som mist någon nära får träffa andra i samma situation. Med de här tipsen hoppas vi kunna bidra till att fler ska känna sig lite tryggare och bättre förberedda så att ingen lämnas ensam i sin sorg.

CECILIA ANDERSSON